PHOTO : CHÂTEAU CASTIGNO

PHOTOS : HÉLÈNE EVRARD - DR

LE CHARME D'UNE MAISON DE VENDANGEUR

D'une simplicité confinant à la sophistication, le village Castigno, dans l'Hérault, cultive une atmosphère vagabonde. Né du coup de foudre de Marc et Tine, pour un domaine viticole, cet « hôtel » peu ordinaire doté de 14 chambres, d'une galerie d'art, d'un bar à vins et tapas... a été façonné comme un village typique du Languedoc. En lieu et place des anciennes écuries et maisons de vendangeurs, des chambres enveloppées de tons de violet et parme, ont été créées. Depuis un sofa près de la piscine, une banquette dans les vignes, les ruelles pavées… On se laisse emporter par la poésie du site. **V. F.**

À partir de 1400 € la semaine. Château Castigno, Assignan (Hérault).
Tél. : 04-67-89-51-88. www.castigno.hotique.com

S'INITIER AU YOGA

Après Wanderlust, Barcerlone, Londres… Le festival du yoga prend ses quartiers d'été à Aix-en-Provence. En pleine campagne, novices et yogis confirmés se retrouvent pour trois jours d'ateliers, cours et masterclass mêlant yoga, pratiques holistiques, musique et danse. Pour cette seconde édition, l'association Layama invite Diego Del Sol, professeur de renommée internationale, qui présentera Les secrets de radiance et de vitalité. En couple, on s'essaie à l'Acroyoga, avant de se déhancher dès 22 heures sur les concerts live et DJ party. Le 12 juillet, en écho à l'événement du Grand Palais, on ne manque pas le rassemblement sur les pelouses de la Fondation Vasarely. **M.M.**

Du 17 au 19 juillet. 30 € le pass journée et 150 € les trois jours.
785, chemin de Bibemus, Aix-en-Provence (Bouches-du-Rhône).
Tél. : 06-31-23-37-80. www.festivalyogaprovence.com

JOUER LES ROBINSONS

C'est un morceau de petite Camargue. Un coin perdu où le silence ne cède le pas qu'au chant des cigales. Au XIIe siècle, dans le Gard, entre Nîmes et Montpellier, un monastère dont il subsiste une chapelle classée aux monuments historiques fut érigé au cœur d'un domaine qui s'étend à perte de vue sur plus de 120 hectares. Dans cet environnement sauvage égayé de pins, de genêts, de chênes et de cystes, le Domaine de Sainte-Colombe avec ses deux mas, son hameau de quatre lodges et son spa extérieur niché dans une pinède mêle vieilles pierres, bois brut, métal, tons naturels… Offrant un point de vue sans limite sur les plaines et les étangs environnants, les lodges figurent l'escale écolo-chic par excellence. Sous le soleil exactement, cabanons de toiles et de planches, tout en bois et voiles légers, ils semblent posés au sommet de leur colline pour le seul plaisir de la contemplation. **V. F.**

À partir de 170 € la nuit en lodge pour quatre personnes.
9001, route de Generac, Saint-Gilles (Gard). Tél. : 04-66-81-81-81.
www.domaine-sainte-colombe.com

Bordant Porto-Vecchio (à droite), les eaux transparentes de la baie de Santa-Giulia.

Échappées iodées à Porto-Vecchio

Nichée au creux d'un adorable GOLFE protégé des vents, Porto-Vecchio doit son irrésistible pouvoir de séduction au chapelet de PLAGES EXQUISES qui s'égrène le long de son LITTORAL.

PAR CLAIRE ANGOT

Acte 1 : poser ses valises loin de l'agitation, à l'une des extrémités de la ville. Au nord, place aux baignades inoubliables dans les eaux limpides de la baie de Saint-Cyprien ou en presqu'île de Pinarello, ourlée par une pinède. Au sud, de la plage de Palombaggia au golfe de Santa-Manza, les rubans de sable les plus mythiques de Corse vous attendent. Acte 2 : débuter votre cure très attendue d'iode et de sable fin. Notre coup de cœur : l'anse discrète de Santa-Giulia, parsemée de rochers et bordée par une adorable lagune entourée de roselière. À l'heure du déjeuner, à fleur de ciel et face aux flots turquoise, offrez-vous un festin de poissons de roche extra frais au restaurant de plage Les Trois-Deux amarré dans la baie. Acte 3 : s'évader. Louez un bateau sans permis pour découvrir le site comme il vous chante. À vous les délicieuses criques cachées et les plages inaccessibles aux communs des mortels ! Sportif ? Peu profonde et abritée des vents, la baie de Santa-Giulia se prête parfaitement à la voile et au kayak. Acte 4 : shopping. De retour en ville, flânez quelques heures dans les venelles de la cité haute, dominée par une citadelle. Produits corses, jeunes créateurs, bijoux uniques… Les boutiques réservent de belles surprises. Pour finir, offrez-vous une glace sur la place de la République. Une institution ! Dernier acte : faire la fête. À l'heure de la bière vespérale, direction le Shankâbar sur la place de l'Église. Ce petit troquet d'inspiration marocaine est un must plébiscité autant pour ses tapas et ses délicieux cocktails que pour ses mix de DJs hétéroclites. La nuit tombée, Via Notte (www.vianotte.com), immense boîte de nuit à ciel ouvert, s'impose comme le dancefloor le plus couru de Corse. On y croise pêle-mêle des stars éméchées, des cracheurs de feu et des DJ de renom ! À ne pas manquer.

Nos adresses

↦ Immortelle, romarin, lavande… Les huiles essentielles et la cosmétique bio des **Simples et Divines** (www.lessimples.com) sont des secrets de beauté bien connus des Corses. Les savons au lait de brebis et les eaux florales font merveille sur les peaux dorées par le soleil. Pour se reposer, **U Barraconu** est l'endroit idéal, situé entre mer et montagne, aux portes de Porto-Vecchio, il se double de cinq chambres d'hôtes au confort simple, avec une jolie piscine lovée sous des eucalyptus centenaires.

Route de L'Ospedale, Porto-Vecchio (Corse-du-Sud). Tél. : 06-15-08-53-71. www.barraconu.com

PHOTOS : DR

PLUS BONJOUR
QUE HELLO ?

CHOISISSEZ
La Méridionale
la traversée que vous méritez
www.lameridionale.fr
N°Azur 0 810 20 13 20
MARSEILLE - CORSE

L'été, la lavande colore les vallées de la Drôme de mille nuances. Un paysage de carte postale à vivre sur des chemins buissonniers.

PHOTO : SCOOTNOMAD

PHOTOS : PHILIPPE FOURNIER - SCOOTNOMAD

La Drôme en deux-roues

Au SUD DE LA DRÔME, on se sent déjà en Provence. Couleurs, odeurs, saveurs, douceur, langueur même… Tous les ingrédients d'un ÉTÉ RÉUSSI sont là, la foule en moins !

PAR KARINE FILHOULAUD

Aux portes de la Provence, se nichent des villages de charme enfouis aux pieds des montagnes ou perchés sur la colline. Tout autour ondulent à perte de vue des vagues bleues, embaumant le sud de Rhône-Alpes. À l'écart des grands axes, la Drôme provençale déroule des sentiers serpentant sous le soleil parmi les champs d'une belle couleur bleu-mauve. Un paysage de carte postale à vivre en scooter, sur des chemins buissonniers. Depuis le village de Savasse, à 20 kilomètres au nord de Montélimar, Joël et Nadine Sauze proposent des circuits clé en main. L'un des parcours invite à s'éloigner du couloir rhodanien vers l'Est et grimpe à 500 ou 600 mètres d'altitude sur d'agréables petites routes bordées de délicats chênes toujours verts, de puissants oliviers argentés parfaitement alignés, de champs de blés dorés frissonnant dans le vent, de vergers aux fleurs colorées et toujours, de stries de lavandes violettes... Toujours juchés sur notre deux-roues, on se laisse mener par le bout du nez à travers de vieux villages des xe et xie siècles, tout de pierre bâtis et coiffés de briques ocres. Perchés et fortifiés, ils évoquent un pan de l'histoire durant lequel ils étaient habités par des protestants sur la défensive. Une époque troublée contrastant avec la quiétude ressentie aujourd'hui. Avant que la torpeur n'altère les réflexes des conducteurs, la pause s'impose. Nature, culture ou gourmande, suggérées dans le carnet de route, elles vous invitent à faire étape à Saoû. Célèbre pour son festival, le seul de France consacré à Mozart (la 26e édition se tiendra du 4 au 26 juillet), le site abrite également une curiosité géologique. Le plus grand synclinal perché d'Europe, sorte de vaste cuvette naturelle tapissée d'une épaisse forêt à la biodiversité surprenante. Un site naturel classé où se réfugient chamois, marmottes, chevreuils, aigles royaux et touristes en quête d'ombre. Un peu plus au sud, le village médiéval de Poët-Laval en impose avec son donjon médiéval et son histoire écrite par les Hospitaliers puis les Huguenots. À quelques kilomètres, celle de Dieulefit raconte surtout l'art de la poterie, et aujourd'hui encore de nombreux artisans, traditionnels comme avant-gardistes perpétuent cette tradition de la céramique.

Un autre parcours emmène ensuite vers l'intemporel et mystique site de Comps, au cœur des montagnes, où se dresse une chapelle romane comme suspendue hors du temps et de l'espace... L'autre curiosité de ce village attachant est son petit musée Ruches du monde et sa collection de 150 ruches ! Après les abeilles butineuses, le bestiaire drômois vous invite à découvrir les chèvres courageuses de Vesc, lors d'une étape à la ferme de Pracoutelle, où est fabriqué le fameux picodon.

Au terme de cette chevauchée fantastique, optez pour la solution nature avec nuit au camping : celui de Gessy, vaste et peu fréquenté, ou celui du Devès, sous une yourte. Pas très typique, mais exotique. Les plus aventureux choisiront l'option camping sauvage, à Rémuzat par exemple, pour admirer son Rocher du Caire où nichent des colonies de vautours ! Si vous préférez vous abriter sous un vrai toit, réservez une nuit à la cossue maison d'hôtes d'Emma à Sainte-Jalle, entre Rémusat et Nyons, capitale de l'olive. Le lendemain, les vieux oliviers trapus dont les champs ourlent la route, cèdent le pas aux rangées touffues de lavandes auxquelles se marient des alignements de vignes ajoutant encore à la géométrie du paysage... De cette vaste plaine ondoyante surgit le château de Grignan, posé en équilibre sur un promontoire rocheux. Plus grand palais Renaissance du Sud-Est de la France, son nom évoque au voyageur la mémoire de la marquise de Sévigné dont la correspondance est passée à la postérité. Après cette pause épistolière, on repart vers l'abbaye d'Aiguebelle, perdue dans la forêt ou vers le village d'Allan abandonné vers 1800 car trop haut perché. Dans ses ruines ventées, selon l'humeur, l'esprit s'apaise ou l'imagination s'envole. Encore quelques kilomètres et l'heure est venue de mettre pied à terre après une inattendue découverte de ce territoire.

Nos adresses

↦ **Location d'un scooter 125 ou 50 cc avec carnet de route et casque.** 40 € le circuit d'une journée (1 000 € de caution). Pour ceux qui optent pour une nuit en camping, prêt d'une remorque avec un kit pour deux. Accueil en gare de Montélimar et nuit en chambre d'hôtes possibles.
10, rue Chartrouse, Montélimard (Drôme).
Tél. : 04-75-46-76-03. scoot-nomad@live.fr

↦ **Domaine du Roc.** Profiter de la vue dans une maison d'hôtes située au cœur de la forêt de Saoû. Une demeure à la décoration « rustique chic » et au charme simple posée à flanc de colline et agrémentée d'une discrète piscine, de quatre terrasses, d'un petit étang, d'un très vaste parc... et d'une superbe vue sur les alentours. À partir de 140 € la chambre avec petit déjeuner.
Six Sacs, Saoû (Drôme).
Tél. : 04-75-43-96-29. www.ledomaineduroc.com

↦ Dormir **chez Emma**, dans une bâtisse historique du village de Sainte-Jalle, entre Rémusat et Nyons. Dans les cinq chambres, un florilège de meubles et objets chinés par les propriétaires sur les brocantes locales. Dehors, au pied des murs de pierre, une sensationnelle piscine chauffée. À partir de 80 € la chambre pour deux personnes avec petit-déjeuner.
Lieu-dit Village, Sainte-Jalle (Drôme).
Tél. : 04-75-26-60-87. www.lamaisondemma.com

FESTIVAL LES PIEDS DANS L'EAU
Les 29 et 30 août prochains, à quelques kilomètres de Lyon, le Grand Parc de Miribel-Jonage va accueillir la 17e édition de Woodstower. Tous les ans, le festival a la lourde tâche de mettre un point final aux vacances d'été et le fait avec brio : programmation musicale soignée, camping bucolique dans l'un des plus beaux sites périurbains d'Europe, spectacles fantaisistes à savourer les pieds dans le lac. Le tout baigné des derniers rayons de soleil de la saison. Que demander de plus ? **A. A.**
Woodstower, Grand Parc de Miribel-Jonage (Rhône). www.woodstower.com

UN AMOUR DE CHÂTEAU
Impossible de ne pas succomber au charme du Château d'Uzer ! Heureux propriétaires de cette bâtisse à l'ambiance poétique, Véronique et Éric ont osé la couleur pour sublimer leurs cinq chambres d'hôtes distribuées autour d'un escalier monumental du XVe siècle. Sous les arbres centenaires, de coquettes roulottes et une nouvelle cabane nichées au fond du parc offrent aux hôtes un parfum d'aventure. Le plus ? Une pimpante boutique pour chiner des accessoires modes et déco. **V.N.**
À partir de 130 € la nuit en chambre double. Uzer (Ardèche). www.chateau-uzer.com

UN HAMEAU INSOLITE ET ÉCO-RESPONSABLE
Original, le Bois Basalte est né de l'imagination d'un quatuor de robinsons architectes guidés par l'envie de revenir au pays. Leur port d'attache ? Sauterre, dans les Combrailles auvergnates. Perché à 900 mètres d'altitude, leur hameau écoresponsable abrite douze cabanes douillettes en bois de style forcément spartiate, mais confortable dont le mobilier est taillé sur-mesure. On a un faible pour la cabane Olivine offrant une vue imprenable sur la Chaîne des Puys et la canopée. Mais aussi pour le bain nordique conçu dans un ancien lavoir. **V.N.**
De 85 à 95 € la nuit pour 2 personnes. Manzat (Puy-de-Dôme). www.cabanes-auvergne.fr

ÉLOGE DE LA SIMPLICITÉ
Niché à 1 500 mètres, le buron de Niercombe se mérite. Posé au bout d'un chemin non carrossable, on y accède après une heure de marche le long d'un sentier forestier jalonné de hêtres, de genêts et de gentianes en fleurs. Trois fois centenaire, cet ancien abri de berger s'est mué en cocon douillet à la décoration sobre et originale où la feutrine naturelle adoucit les formes du mobilier de bois brut conçu sur-mesure. Coupés du monde, c'est le lieu idéal pour se retirer du monde, méditer devant la vallée de la Cère ou encore dîner à la belle étoile. **V.N.**
950 € pour 2 nuits. Saint-Jacques-Des-Blats (Cantal). www.un-jour-en-auvergne.com

PHOTOS : AMÉLIE BLANC - PATRICK LECLERC / ADT 07 - BOIS BALSALTE - PIERRE SOISSONS

iti AQUI
nouvelle application
Retour
Retour accueil
Landes
Pyrénées Atlantiques
Tous les itinéraires • 134 randonnées
Dordogne
Lot et Garonne
Gironde
Suivez le guide !
Les itinéraires de randonnée en Aquitaine
Envie d'une balade en Aquitaine ? L'application itiAqui vous propose des itinéraires de randonnée à pied, à vélo, à cheval, et en bateau.
Près de chez vous, ou en vacances, sélectionnez votre parcours et suivez le guide interactif et géolocalisé : carte de la randonnée, étapes, points d'intérêt, photos, vidéos, couplage GPS...
Par critère
Par localisation
Par territoire
Tous les circuits
RÉGION AQUITAINE
aquitaine.fr
Téléchargez gratuitement l'application
Disponible sur App Store
DISPONIBLE SUR Google play

Le bonheur de jouer les marins d'eau douce.

Le charme vintage d'une virée en Solex.

Yourte des champs.

PHOTO : BRETT FLORENS

PHOTOS : ANTOINE MORFAUX / LES PRÉS VERTS - DR

Itinérance au fil de la Saône

Adeptes du SLOW TOURISME ? Larguez les amarres pour un VOYAGE BUCOLIQUE au fil de l'eau dans le Mâconnais, en Bourgogne du sud.

PAR VALÉRIE NESCOP

Pour rompre avec le quotidien, rien ne vaut une croisière. En version fluviale, vous naviguez en père peinard loin des sentiers battus et goûtez à la vie libre des mariniers. Pour vivre une odyssée en forme d'éloge de la lenteur, rythmée par les excursions à vélo, mettez le cap sur la Bourgogne et la Saône, l'une des plus belles rivières de France. L'aventure démarre au port de plaisance de Mâcon où après une rapide initiation à la conduite – très facile – d'une Pénichette® sans permis, vous êtes promu au rang de capitaine au long cours. Notre conseil ? Avant d'embarquer, profitez de votre demi-journée pour découvrir la ville au guidon d'une petite reine. Depuis le port, on emprunte la voie bleue pour pédaler le long de la Saône ou la voie verte au départ de Charnay-lès-Mâcon. À portée de pédales : le caveau des Vignerons des Terres secrètes®, situé dans le périmètre du Grand site Solutré-Pouilly-Vergisson ; la Solitude de Lamartine, petit pavillon octogonal perdu au milieu des vignes où le poète et homme d'état aimait méditer et le joli château de Pierreclos, riche de neuf siècles d'histoire, pour une dégustation de crus maisons. En soirée, accostez à la terrasse du restaurant L'Autre Rive pour profiter de l'esprit guinguette qui anime les quais dans le cadre du festival Été frappé. Après une première nuit à quai, il est temps de faire le plein de spécialités locales au marché : gaufrettes mâconnaises, chèvres « boutons de culottes » et bouteille de pouilly-fuissé et de larguer les amarres. À 6 km/h, défilent les prairies, les cultures et les pâturages où paissent de paisibles charolaises de la Bresse. Sur la rive gauche, le paysage, agréablement vallonné, est parsemé de vignes. Arrivés à Tournus, une poignée d'heures plus tard, on amarre pour pique-niquer dans l'herbe grasse, avec une vue sublime sur l'ensemble de la ville. Après une sieste au soleil, on pédale le long de la voie bleue qui longe la rivière pour flâner dans le quartier abbatial, à dix minutes de la halte fluviale. On en profite pour visiter le village de la Truchère et s'installer à la terrasse d'un restaurant en bord de Seille. Ambiance romantique garantie. De retour à Mâcon, une halte s'impose à Solutré dont les roches dominent le Mâconnais et son vignoble aux crus réputés. On vous conseille l'ascension commentée, récompensée d'une dégustation au sommet avec vue sur la plaine de la Saône et le val Lamartinien. *Ô temps suspend ton vol…* La célèbre citation de Lamartine, enfant du pays, prend ici tout son sens.

Nos adresses

↦ **Location Pénichette® :** Locaboat. À partir de 437 € du vendredi après-midi au dimanche soir ou au lundi matin 9 heures sans supplément. Possibilité de louer à la semaine. Rue Alain-Colas, Mâcon (Saône-et-Loire). Tél. : 03-86-91-72-72.

EN SOLEX DANS LES VIGNES

Envie de parcourir la Bourgogne cheveux aux vents ? Offrez-vous une balade œnotouristique en solex 3800, le fameux vélomoteur de Monsieur Hulot ! Au départ du domaine des Prés Verts, prenez la direction de Mont-Saint-Jean pour visiter son joli village médiéval, puis roulez jusqu'au village de Thorey-sous-Charny et arrêtez-vous au domaine viticole en agriculture biologique d'Aurélien Febvre pour un cours de dégustation au milieu des vignes. De retour au Prés Verts, posez vos valises dans la cabane La Réserve suspendue à 6 mètres d'altitude, avec vue sur les prairies de l'Auxois. Déconnexion assurée. **V. N.**

De 45 à 65 € la journée. Jouey (Côte-d'Or). Tél. : 03-45-44-05-55.

UNE YOURTE AU PARFUM D'AVENTURE

Perchée à 900 mètres d'altitude, entourée de pâturages verdoyants et de forêts centenaires, la yourte Un autre monde invite à l'évasion. Dans cet espace tout en rondeurs et en couleurs, ni électricité ni eau courante. Mais l'essentiel. À savoir : une source descendant directement de la montagne pour rafraîchir vos bouteilles, un poêle à bois diffusant une douce chaleur, une douche d'eau solaire et le bonheur de s'approvisionner en produits ultra frais à la ferme toute proche. À partir de 60 € la nuit pour deux personnes. **V. N.**

La Chaume des Veaux, ferme Neumann Le Hohwald (Bas-Rhin).
Tél. : 06-82-00-24-31.

À seulement 1h15 de Paris et de Tours

★★★★
LES PORTES DE SOLOGNE
Golf and Spa

10% de remise sur le forfait Spa avec le code 10EXP15***

Renseignements & Réservations

Les Portes de Sologne**** Golf and Spa
200 allée des 4 vents - Parc de Limère - 45160 Ardon (Orléans)
02 38 49 99 99 / resa@portes-de-sologne.com

*Prix par personne (base chambre double). Supplément single 35€. Comprenant la chambre standard, le petit déjeuner - buffet, 1 diner Menu Pavillon hors boissons, 2 soins d'eaux et l'accès libre aux 3 espaces détente selon disponibilité.
**Inscription et renseignement sur place.
Offre réservée aux 15 premiers inscrits au check In.
***Valable pour tous séjours réalisés avant le 13/09/2015

De gauche à droite, la rhumerie artisanale J.M. à Macouba ; le rhum de la maison Depaz et vue sur la montagne Pelée.

La Martinique, sur la route du rhum

Si, depuis l'avion qui survole la MARTINIQUE, l'île apparaît saupoudrée de vert et de bleu, à terre, c'est le blanc et l'ambre qui dominent. Deux couleurs symboles d'une TRADITION devenue un art de vivre : le RHUM.

PAR VALÉRIE FERRER

Seule au monde à produire un rhum d'appellation d'origine contrôlée, la Martinique réconcilie dans les verres de « ti punch », le passé et le présent d'une île. Le passé remonte au XVII[e] siècle, lorsque les habitations sucrières commencent à produire un alcool à base de mélasse. Le présent, c'est celui d'une destination à découvrir papilles en alerte.

Car, si la Martinique incarne l'exotisme avec ses plages blanches ou noires, ses anses et ses petits ports, elle est aussi riche d'une culture qui se dévoile au rythme des rhumeries, comme autant d'escales flattant palais et esprits.

Première étape, incontournable, la distillerie Neisson au Carbet. Authentique et familiale, située sur la côte Caraïbe, elle offre un rhum blanc dont les inconditionnels clament qu'il est le meilleur de l'île ! À déguster dans la boutique attenante, sur la plage, face à l'un des plus beaux couchers de soleil ou sous la protection des pitons du Carbet. De là, laissez-vous porter d'une rhumerie à l'autre, et appréciez les parfums d'une île sertie de puissants paysages. Savourez le plaisir simple de plonger les pieds dans le sable chaud devant un plat d'écrevisses à la vanille préparé par Guy, le chef toujours en short du Petitbonum. Partez sur les sentiers de randonnée de la montagne Pelée dont l'éruption de 1902, dans toutes les mémoires, reste gravée sur les murs de Depaz. Cette habitation, vestige de l'économie de plantation, ouvre à la visite sa maison de maître, ses champs de canne à sucre, sa roue à aube et l'usine, avec sa collection de vieilles machines en cuivre et laiton et ses chais de vieillissement où les tonneaux empilés forment un tableau tout en rondeurs. À quelques encablures de là, Saint-Pierre, l'ancienne capitale, affiche son amour de l'art à travers les grands totems d'artistes locaux plantés dans l'azur, tandis que du côté du Prêcheur, on sort les yoles pour un tour en mer. De retour, il est temps de se laisser griser par d'autres arômes en participant à un atelier senteur au cœur de l'une des dernières rhumeries artisanales, la distillerie J.M. à Macouba. Notes de miel ou de fleur d'oranger… les vieux rhums, ici, ont un supplément d'âme. Est-ce à cause du cadre enchanteur ? Des fûts brûlés ? De ces cannes broyées dans les moulins une heure seulement après la récolte ? Dans leur robe dorée ou caramel, les rhums sont comme les vagues invitant les surfeurs aguerris à pousser l'exploration toujours plus loin. Jusqu'à Sainte-Marie chez Saint-James… Là, après avoir traversé le Lorrain, un joli bourg drapé dans son authenticité où l'on déjeune de plats à base de banane à la Bananeraie, on embarque à bord d'un train dont la locomotive à vapeur date de 1925. Direction : les champs de canne puis le musée installé dans une belle demeure créole de 1875. Dans un hangar, on assiste aux différentes étapes de production de la plantation jusqu'à la distillation de son jus, le vesou. En s'enfonçant plus avant dans les terres, on arrive au Gros-Morne. Là, l'Habitation Saint-Clément, une ancienne sucrerie, propose de s'initier aux accords rhum-chocolats de l'artisan Thierry Lauzéa. On en profite pour savourer la vue sur la presqu'île de la Caravelle, sa mangrove et son château Dubuc, l'Ilet Chancel célèbre pour son iguane des petites Antilles ou encore l'Ilet Oscar, un site protégé où l'on fait halte dans une maison d'hôtes coloniale en bois, construite face à l'océan. Au cœur de ce site, un centre d'Art contemporain, unique et singulier, a ouvert. Mettant en lumière les artistes de la Caraïbe, la modernité de ses expositions contraste avec le charme des marchés traditionnels tels celui de Saint-Esprit ou des villages de pêcheurs comme le Vauclin. Une Martinique toute en subtilités se dévoile. Les couleurs nuancées des Salines, la beauté d'un panorama à 360° depuis le morne du Gommier, la rondeur du rocher du Diamant… Le Sud est là avec son ambiance festive, ses barbecues sur la plage et ses sorties en kayak transparent au ras des flots. Il est alors l'heure de s'attabler au Kay Mimi, le restaurant de la distillerie La Mauny avant de repartir vers Sainte-Luce et la plantation des Trois-Rivières dont le moulin à vent invite à la dégustation. Le tour de l'île s'achève. Un coup d'œil aux Anses d'Arlet où le Domaine de Robinson offre ses nuits en apesanteur dans des cabanes en bois perchées dans les arbres et direction Fort-de-France. Depuis les Trois Ilets, la baie est tout simplement somptueuse et vient, en point d'orgue, saluer un périple enivrant, suave et fleuri dont les Antilles ont le secret.

PHOTO : LUC OLIVIER

PHOTOS : DAVID GIRAL

Y aller :

↦ **Avec Corsair** à partir de 548 € l'aller/ retour.
Tél. : 3917. www.corsair.fr
↦ **Avec Air France** à partir de 763 € l'aller/ retour.
Tél. : 3654. www.airfrance.fr

Se renseigner :

↦ www.martinique.org

La popote des vacances

Comment faire varier le MENU au camping ? Se bricoler une DÎNETTE GOURMANDE sur la plage ou RÉGALER toute une maisonnée dans une location dotée du strict minimum en matière d'ustensiles de cuisine ? En potassant, avant le départ, les IDÉES RECETTES d'auteurs inspirés par la CUISINE NOMADE. Préparations rapides, accessoires détournés, cuissons astucieuses… Pour bien manger cet été, cuisinez futé ! **SÉLECTION : AUDREY GROSCLAUDE**

Entrée vegan

SALADE DE CHOU ROUGE À L'ORANGE D'ERIN GLEESON

PRÉPARATION : Coupez 4 carottes en tranches. Pelez à vif 2 oranges sanguines ou classiques. Tranchez finement 5 radis. Prenez 1 feuille de chou rouge en guise de bol et remplissez-la du mélange précédemment préparé. Arrosez d'huile, de vinaigre ou de sauce aux agrumes.

POUR LA SAUCE : Mélangez dans un bocal, 18 cl d'huile d'olive, 6 cl de vinaigre de vin blanc, 2 cuillères à soupe de zeste d'orange, 3 cuillères à soupe de jus d'orange, 1 cuillère à soupe de jus de citron, 1 échalote finement émincée. Fermez, agitez fortement.

Extrait d'*Un festin de nature* (Éditions la Martinière), 100 recettes végétariennes, 240 pages, 25 €.

Poisson au barbecue bricolé

TAGINE D'ANCHOIS DE SONIA EZGULIAN ET EMMANUEL AUGER

PRÉPARATION : « Dans un plat en aluminium souple, type assiette à escargot, je commence par étaler un lit de concassé de tomates, généreusement assaisonnées de poivre. Je dépose en rosace des filets d'anchois marinés à l'huile que je parsème de sarriette et fabrique un couvercle pointu en pinçant la pointe et les bords d'un morceau de papier d'aluminium. »

POUR LE BARBECUE : Sonia a utilisé « une boîte de conserve géante de 5 kg de cornichons sur laquelle mon petit papa chéri a soudé une poignée récupérée sur une vieille casserole. Quelques trous d'aération effectués à la chignole dans le bas de la boîte de conserve la transforment en barbecue de table efficace sans oublier de trouver une grille au bon diamètre… »

Petits festins nomades (Éditions Tana). Encore disponible chez certains libraires et sites de vente. Le livre est épuisé chez l'éditeur. 100 pages, 12 €.

PHOTOS : ERIN GLEESON - DR - EMMANUEL AUGER

LE GÉNIE DE NEW YORK

Un numéro exceptionnel !

En vente chez votre marchand de journaux

Plat de carnassier

BBQ RIBS DE BERNARD LAURANCE

PRÉPARATION : « La veille, immergez les ribs (1,5 kg de travers de porc) dans de l'eau bouillante. Laissez cuire sur feu doux en maintenant l'ébullition pendant 1 h 30. À la fin, la viande bien cuite doit presque se détacher des os. Préparez la sauce barbecue en mélangeant bien dans un bol : 260 g de ketchup + 210 g de miel + 30 g de sauce Worcestershire + 60 g de whisky + 3/4 de cuillerée à café de piment doux en poudre + 1/2 cuillère à café de paprika en poudre + 25 g de vinaigre de vin + 55 g vergeoise brune ou de cassonade. Déposez la viande cuite et égouttée dans un plat et recouvrez-la de cette marinade. Placez un film étirable sur le tout et réservez au frais une nuit. Je vous conseille de remuer la viande de temps en temps et de la retourner pour qu'elle soit marinée de tous les côtés ».

AUTRE ASTUCE : « Vous pouvez mettre la sauce dans une boîte hermétique suffisamment grande pour accueillir les ribs. De cette façon, vous pourrez secouer ou retourner la boîte de temps en temps (…). Pour la cuisson, je préfère le four plus facile à maîtriser, mais on peut tout à fait finir sur un barbecue pour un goût inimitable ! Faites attention aux flammes qui risquent de brûler le sucre de la marinade. Dans ce cas, placez la grille assez haute au-dessus des braises et badigeonnez souvent la viande de marinade. »

Extrait de *Le grain de sel de Bernard. Mon tour du monde en plus de 150 plats* (Flammarion), 288 pages, 24,90 €.

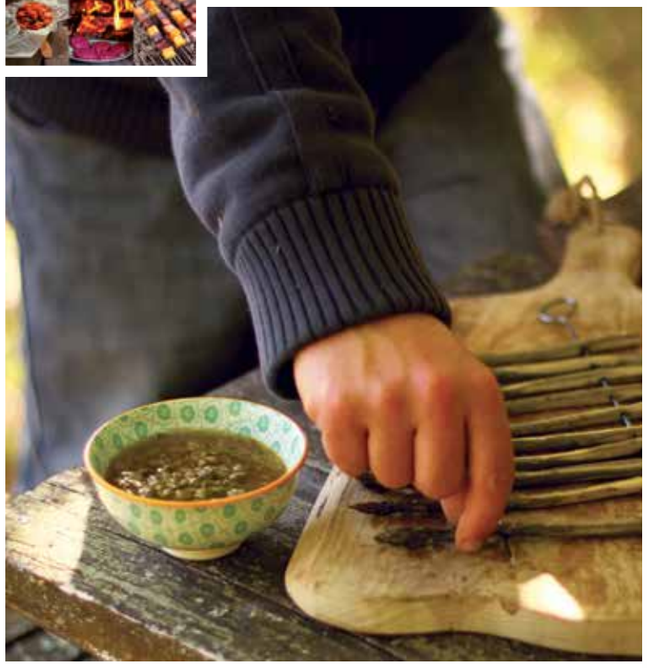
Légumes tout chauds

ASPERGES GRILLÉES ET SAUCE AUX CÂPRES DE LINDA LOUIS

PRÉPARATION : Rincez les câpres (40 g) si elles sont en saumure, faites-les dégorger 3 heures (en changeant l'eau 2 fois) si elles sont conservées au sel. Lancez votre barbecue. Lavez les asperges (1 kg), retirez la partie abîmée et transpercez-les avec deux piques à brochettes placées en parallèle (pour éviter qu'elles ne tombent à travers la grille). Badigeonnez avec un peu d'huile d'olive (environ 1 cuillère à soupe) puis placez-les sur une grille quand les braises atteignent 210°c. Laissez cuire 3 minutes de chaque côté. Pendant ce temps, hachez finement les câpres au couteau. Émulsionnez dans un bol le reste de l'huile d'olive, 70 ml de jus de citron, les câpres et le poivre noir. Servez cette sauce avec les asperges.

COMMENT ÉVALUER LA TEMPÉRATURE DU FEU ? Placez votre main à 10-15 cm au-dessus des braises, si vous pouvez la laisser 4 secondes, c'est bon.

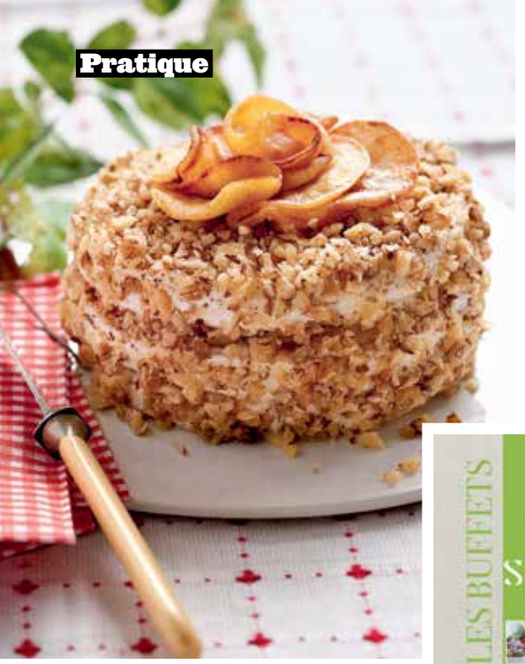
Extrait de *Cuisiner avec le feu* (Éditions La Plage), 352 pages, 29,95 €.



Cuisine nomade, mode d'emploi

- Privilégiez les produits frais et de saison. Plus ils auront du goût, moins il sera nécessaire de les cuisiner.
- Thermoplongeur, presse-ail multi-usages, boîte de conserve transformée en barbecue, bons couteaux et pilulier truffé d'épices (voir *La Cuisine des potes*)… Quelques ustensiles soigneusement glissés dans sa valise peuvent tout changer une fois sur place.
- Oranges, laitue, pain… De nombreux aliments peuvent se transformer aisément en contenant. Fini la vaisselle !

PHOTOS : AMÉLIE ROCHE - LINDA LOUIS - DR



Fromage surprise

MILLE-FEUILLE DE CAMEMBERT AUX POMMES DE SOPHIE DUDEMAINE

PRÉPARATION : « Pelez et coupez une pomme (golden ou pink lady) en lamelles. Faites-les revenir dans une poêle, avec 1 cuillère à soupe de beurre. Quand elles sont dorées, flambez-les avec 3 cuillères à soupe de calvados et laissez refroidir. Coupez le camembert (pas trop fait) en 3 disques égaux puis reconstituez-le en déposant entre chacun des lamelles de pomme. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le camembert d'1 cuillère à soupe de beurre fondu. Mixez finement 40 g de noix ou noix de pécan puis enrobez uniformément le camembert de cette chapelure. Conservez au frigo. Sortez 1 heure avant de déguster. »

Extrait de *Les Buffets de Sophie* (Éditions de La Martinière), 224 pages, 20,90 €.

Dessert léger

SOUPE DE PÊCHES À LA VERVEINE DE CHRISTOPHE HERMELLIN

PRÉPARATION : « Portez à ébullition 1/2 litre d'eau et 400 g de sucre. Au premier bouillon, ajoutez la verveine (1 poignée de feuilles fraîches ou séchées) et laissez infuser 10 minutes hors du feu. Pendant ce temps, pelez les pêches (pour 10 personnes prévoir 1,5 kg de pêches jaunes bien mûres et autant de blanches), puis mixez-les au blender avec le jus d'un citron. Versez le tout dans un grand saladier. Ajoutez le sirop de verveine dont vous aurez retiré les feuilles et mélangez. Couvrez et réservez au frais au moins une heure. »

Extrait de *La Cuisine des potes* (Éditions Alternatives), 60 recettes, 128 pages, 9,90 €.

Esprit tapas

BAR À ŒUFS DE MARTINE CAMILLIERI

PRÉPARATION : Il faut d'abord choisir de bons œufs, fermiers ou numérotés de 0 à 1 (2 les poules vivent en bâtiment, 3 en batterie). Pour les cuire à la coque un simple thermoplongeur suffit. « Je plonge l'appareil dans l'eau, dès le gros bouillon j'ajoute les œufs. Au bout de 3 minutes, je débranche (mais laisse l'appareil en place), 40 secondes après les œufs sont à la coque. » À manger avec des mouillettes rôties, des gressins, ou, comme ici, avec un mélange d'olives, de tomates cerises ou séchées, de poivrons verts piquants, de purées de houmous, tzatziki, caviar d'aubergine et tapenade, parsemées de quelques graines de fenouil sauvage.

PAS DE COQUETIER ? Utilisez une boîte d'œufs recyclée en plateau. Sinon, « tapotez avec le dos d'une cuillère pour aplatir la base ronde de la coquille, l'œuf va tenir debout tout seul ».

Extrait de *Jamais sans mon Kmion, slow travel et cuisine de peu* (Éditions de l'Épure), 300 pages, 19 €.

PHOTOS : CATHERINE MADANI - CHRISTOPHE HERMELLIN - MARTINE CAMILLIERI - DR

CITÉ DE LA VOILE ÉRIC TABARLY
LORIENT BRETAGNE SUD
NOUVELLE VISITE + DE SENSATIONS !
PARCOURS PLUS INTERACTIF, PLUS IMMERSIF, PLUS ÉTONNANT.
Plongez au cœur de l'aventure océanique, une expérience unique à la découverte de la voile et de la course au large.
Du 9 au 16 juin 2015 à Lorient
Vivez au cœur de la plus grande course au large du monde en équipage.
La Volvo Ocean Race : des bateaux exceptionnels, un village animé et entièrement gratuit, une expérience à ne rater sous aucun prétexte !
volvooceanracelorient.com
citevoile-tabarly.com

Embellie sur les côtes

Unique, exemplaire, indispensable, LE CONSERVATOIRE DU LITTORAL libère l'horizon maritime et lacustre depuis QUARANTE ANS. Aujourd'hui, grâce à lui, 18% des côtes françaises sont PROTÉGÉES à tout jamais. Pour le bonheur de tous.

PAR MARIE-HÉLÈNE CHAPLAIN

C'est un petit miracle comme il s'en produit rarement en politique. Une volonté unanime. Une intuition visionnaire grâce à laquelle le gouvernement a fait passer, sans souci, le 10 juillet 1975, la loi sur la création du Conservatoire du littoral. Le motif de ce consensus était exemplaire : garantir la protection définitive et inaliénable d'un tiers des côtes françaises, en achetant des terrains en bord de mer ou de lac. Déjà, dans les années 1950, les dégâts irrémédiables provoqués par un bétonnage excessif en Côte d'Azur avaient ouvert les yeux de l'État. De cette prise de conscience était née la Datar (Délégation interministérielle à l'aménagement du territoire et à l'attractivité régionale), en 1963, puis la mission « Racine » sur la création des futures stations balnéaires du Languedoc-Roussillon et, en 1971, un premier ministre délégué à l'Environnement était nommé… Des garde-fous néanmoins insuffisants pour garantir l'avenir des côtes françaises face aux appétits grandissants des investisseurs et aux nombreux projets immobiliers désireux, à l'époque, de se faire une place sur le littoral.

PHOTO : FRÉDÉRIC LARREY

PHOTOS : FRÉDÉRIC LARREY - ARMELLE HIANCE

Chaude ambiance

Pour ce nouvel établissement public de l'État, tout est donc à construire. En 1975, sur le terrain, les premiers délégués régionaux du Conservatoire listent les zones mises en « danger » par un projet d'urbanisme ou un manque d'entretien. Ils rencontrent propriétaires, élus et services techniques des mairies avant de soumettre les projets d'acquisition au conseil d'administration. Pour chaque site que le Conservatoire souhaite acquérir, les tractations avec le vendeur nécessitent de la patience, du doigté, voire des bras de fer lorsque la situation est bloquée. En poste sur la région Paca, Christian Desplats se souvient de mensonges, de trahisons, et même d'une tentative de parricide pour empêcher le rachat d'un terrain sur la presqu'île de Giens[1] !

Ces jeunes délégués se heurtent régulièrement à l'incompréhension des élus territoriaux. « À la fin des années 1970, ils étaient comme des Ovni débarquant dans un monde de collectivités. Ils ont dû apprendre la diplomatie et s'appuyer sur les associations de citoyens et de protection de la nature déjà présentes sur le terrain », explique Odile Gauthier, pétillante directrice du Conservatoire. Ce fut le cas pour le Domaine du Rayol (Var), où le maire voulait initialement construire un lotissement. Ou encore sur l'anse de Paulilles à Port-Vendres (Pyrénées-Atlantiques), où la vente a mis quinze ans à se concrétiser !

Un public de plus en plus présent

« Aujourd'hui, la donne a changé. Le renforcement des compétences des collectivités nous a rapproché des conseils généraux et, depuis la création du Conservatoire, les collectivités locales assument majoritairement la gestion des sites. Elles sont donc naturellement partie prenante », poursuit Odile Gauthier. Sur chaque site acquis •••

À gauche, l'Île de Porquerolles dans le Var. Ci-dessus, la pointe des Poulains à Belle-Île-en-Mer et les marais salants de Guérande, en Loire-Atlantique.

Ci-contre, la baie de Somme. Ci-dessous, le marais d'Olonne en Vendée et un îlot de sable blanc à Mayotte.

Ci-contre, une mangrove de bois blanc en Guadeloupe. Ci-dessous, le sillon de Talbert, dans les Côtes-d'Armor.

PHOTOS : FRÉDÉRIC LARREY

●●● par le Conservatoire, le plan de mise en valeur est décidé en concertation avec elles. Dans ce plan, l'accueil du public est capital. En effet, loin d'être le partisan systématique d'une mise sous cloche de la nature, le Conservatoire a réalisé de nombreux aménagements permettant aux visiteurs de profiter de la beauté des lieux. Ainsi, autrefois *no man's land* entre l'aéroport et la ville d'Ajaccio, le Ricantu corse est aujourd'hui une promenade très fréquentée, entre dunes et Méditerranée. Sur la pointe des Poulains à Belle-Île-en-Mer, les sentiers adaptés mènent à l'ancienne maison de Sarah Bernhardt et au fort où elle habita, tous deux transformés en musées. Les exemples se comptent par dizaines et le public apprécie. Il y a dix ans, les sites du Conservatoire accueillaient 30 millions de visiteurs. On en recense 40 millions aujourd'hui.

Un budget serré

Acheter des terrains et les aménager nécessite de l'argent. À sa création, le Conservatoire bénéficiait d'une dotation budgétaire annuelle victime, certaines années, de coupes sombres. Dans ces conditions, difficile de bâtir un plan foncier sur le long terme. Pour le 30e anniversaire de l'établissement public, en guise de cadeau, Jacques Chirac affecte la taxe sur les bateaux de plaisance au budget du Conservatoire. Depuis fin 2011, celui-ci profite également de l'impôt sur les jet-skis. Des contributions de collectivités, de fonds européens, de contrats de plan, de l'Agence de l'eau, soutien financier dans les zones humides, et des dons ou legs complètent l'enveloppe. Aujourd'hui, le budget global du Conservatoire fluctue entre 50 et 55 millions d'euros annuels (53 millions en 2015). Une goutte d'eau au regard des prix du foncier sur le littoral !

En quarante ans, le Conservatoire du littoral a toutefois acquis 90 000 hectares, auxquels s'ajoutent les parcs nationaux et régionaux, les réserves et les espaces sensibles. Au total, près de 160 000 hectares sont aujourd'hui sous bonne protection. « Si nous voulons doubler la surface et atteindre l'objectif fixé en 1975, à savoir acquérir le tiers du littoral, nous devons augmenter les parcelles acquises, et non pas multiplier le nombre de sites. Il nous faut des territoires cohérents et suffisamment larges pour accueillir des agriculteurs, garants de surfaces non urbanisées. » Car, si la loi Littoral, votée en 1986, a limité les grands projets immobiliers, elle n'a pas, pour autant, stoppé l'extension de l'existant. La pression démographique en zone littorale étant de plus en plus forte, l'enjeu consiste, aujourd'hui, à convaincre les communes et les hameaux à se développer plutôt en arrière des côtes.

À gauche, les Agriates, en Haute-Corse. Ci-dessus, la pointe de l'Espiguette, dans le Gard.

Rester vigilant

D'autres challenges restent à relever par le Conservatoire, comme concilier fréquence exponentielle et protection des sites. Mais également travailler sur les conséquences du changement climatique en ciblant une dizaine de places et en ●●●

PHOTOS : FRÉDÉRIC LARREY

Paddle à Étretat ▲

Réalisation : Seine-Maritime Tourisme - Photo : V. Ruetsel

Découvrez 10 expériences à vivre en Seine-Maritime

« Avec ses paysages et sa culture si souvent impressionnants, la Seine-Maritime est une Normandie intense et attachante où chaque expérience vous laisse de vraies impressions. »

seine-maritime-tourisme.com

De haut en bas, la baie des Veys, en Normandie et le lac du Bourget, en Savoie.

●●● examinant l'évolution de leur limite de côte. Ou encore tenter l'expérience des « îles durables » en transformant leurs ressources naturelles en énergies renouvelables. Et enfin poursuivre la coopération avec les agences internationales liées au littoral...

Le 10 juillet prochain, quarante ans jour pour jour après sa création, le Conservatoire rendra publique sa « révision de la stratégie d'intervention », véritable feuille de route détaillant ses actions jusqu'en 2050. « Pas seulement les nôtres ! Notre ambition, c'est que les élus aussi s'approprient cet acte », espère Odile Gauthier. Ce même jour anniversaire, le président de la République devrait se rendre sur l'un des 750 sites protégés. L'occasion, pour lui, de rendre hommage au travail efficace d'un établissement public d'État et de souligner ses retombées positives. Début 2012, un bilan de notoriété et d'image du Conservatoire[2] a montré que 94 % des Français jugeaient nécessaire sa mission… Valorisant, non, monsieur le président ? **M.-H. C.**

[1] Batailles en bord de mer, les défis de la protection du Littoral, *par Christian Desplats, Document 2015. À lire également* Littoral : les aventures du Conservatoire du littoral *par Odile Marcel, Éditions du Champ Vallon, 2013.*

[2] *Mesure quantitative de la notoriété et de la perception des missions du Conservatoire auprès d'un échantillon national représentatif de 953 Français âgés de 18 ans et plus, menée par le Centre d'études et de recherches sur la philanthropie.*

40 ans, ça se fête !

Pour le grand public, les festivités ont déjà commencé sur plusieurs sites du Conservatoire du littoral. Ainsi, depuis février, le Domaine du Rayol (Var) invite gracieusement ses futurs visiteurs le jour de leur anniversaire. Tout au long de l'année, sorties botaniques, animations pour enfants et adultes, inaugurations de fins de travaux, fêtes et ateliers sont au programme sur toutes les côtes. Le Conservatoire est également l'initiateur d'un grand courant d'expositions photos qui vont tourner aux quatre coins de la métropole et des pays d'Outre-Mer. En version grand format, les clichés sont tirés du travail mené, pendant un an, par Frédéric Larrey sur les côtes françaises *(voir encadré ci-dessous)*. Ils seront exposés sur les grilles du Jardin des Plantes à Paris (15 mai-29 septembre), dans les couloirs de l'aéroport de Fort-de-France (jusqu'au 30 octobre), le long du mur d'enceinte longeant la Corderie de La Rochelle (23 juin-15 octobre), dans les festivals et les jardins publics… Un film de quarante-trois minutes, *Il était une fois le Littoral*, réalisé par Allain Bougrain-Dubourg, va lui aussi tourner dans les festivals et chez les partenaires territoriaux du Conservatoire. Il est également téléchargeable sur le site du Conservatoire.

Toutes les infos sur www.conservatoire-du-littoral.fr

À s'offrir

Le livre-anniversaire du Conservatoire du littoral nous embarque à bord d'un ULM pour sillonner les côtes avec le concours du photographe Frédéric Larrey. Ses superbes clichés, parfois pris dans des conditions assez périlleuses, dévoilent un trésor qui appartient aujourd'hui à tous.

Littoral : 40 ans de merveilles préservées. Photos de Frédéric Larrey, préface d'Isabelle Autissier, textes de Marie Lescroart. Aux Éditions Regard du Vivant. 35 €.

PHOTOS : FRÉDÉRIC LARREY

Ardèche

AUX ORIGINES DE L'ART
Lions gigantesques, rhinocéros aux défenses acérées, bisons… Dans la partie la plus profonde de la grotte, une fresque de 12 mètres de long, évoquant la cavalcade de 92 animaux, montre que les artistes aurignaciens avaient trouvé comment suggérer le mouvement et les perspectives.

Destination Préhistoire

De la vallée de la Vézère, dans le Sud-Ouest, à l'Ardèche en passant par l'Hérault, les ENTRAILLES de la France recèlent des GROTTES, des GOUFFRES et bien d'autres CAVERNES remarquables. Mis en lumière par un tourisme souterrain toujours plus dynamique, ces lieux attirent des MILLIERS DE CURIEUX chaque année.

PAR ANTOINE ALLEGRE

S'offrir un voyage dans le temps de 36 000 ans. C'est sans aucun doute l'invitation la plus fascinante de l'été. Elle émane de l'Ardèche où, depuis le 25 avril dernier, la réplique de la grotte Chauvet a ouvert ses portes sur la commune de Vallon-Pont-d'Arc. Située au sud du département rhônalpin, la Caverne du Pont-d'Arc, merveille que le monde nous envie, devrait accueillir 300 000 à 400 000 visiteurs la première année. À titre de comparaison, dans le Lot, le gouffre de Padirac, l'un des sites les plus fréquentés de France attire jusqu'à 400 000 touristes par an. On peut notamment s'y promener en barque sur une rivière serpentant à 100 mètres de profondeur, et contempler de spectaculaires stalactites mesurant jusqu'à 60 mètres. Dans l'Hérault, la grotte de la Clamouse offre une déambulation à travers un immense réseau de galeries souterraines aux couleurs sublimes, étagées sur trois niveaux. Dans ce même département, la grotte des Demoiselles, ancien refuge utilisé par les camisards pendant les guerres de religions, a été découverte au milieu du XVIIIe siècle sur la commune de Saint-Bauzille-de-Putois. Ouverte au public en 1931, elle bénéficie, depuis l'an dernier, de nouveaux éclairages LED permettant de sublimer la « Cathédrale », une gigantesque salle de 52 mètres de haut et de 120 de long. Quant à la fameuse vallée de la Vézère, en Dordogne, elle concentre à elle seule pas moins de quatorze sites préhistoriques classés au patrimoine mondial de l'Unesco dès 1979. Le plus célèbre d'entre eux, la grotte de Lascaux, se love sur la commune de Montignac. Surnommée « la chapelle Sixtine de l'art pariétal » par Henri Breuil (1877-1961), prêtre et premier préhistorien à décrire la grotte, l'une des plus importantes cavités ornées du Paléolithique par la qualité esthétique de ses œuvres. C'est le site le plus fréquenté de Dordogne, avec 270 000 touristes par an. Le chef-d'œuvre de l'art pariétal a été classé monument historique en 1940, seulement quelques mois après sa découverte. En 1983, sur cette même colline, la caverne est reproduite dans sa quasi-intégralité. Depuis l'ouverture de Lascaux 2, 10 millions de visiteurs ont pu contempler la salle des taureaux et le diverticule axial.

PHOTO : JEAN CLOTTES / CENTRE NATIONAL DE LA PRÉHISTOIRE

Le tourisme préhistorique a le vent en poupe

« Si, dans les années 2000, seulement 10 à 15 % des touristes avançaient l'argument préhistorique et patrimonial pour justifier leur venue dans le Périgord, préférant les pratiques vertes, on note, depuis quelques années, un véritable regain d'intérêt pour tout ce qui touche aux origines de l'homme et aux grandes découvertes », observe Gilles Muhlach-Chen, président du Pôle international de la Préhistoire aux Eyzies. Situé au cœur du Périgord noir, l'établissement pilote des recherches scientifiques et organise de nombreux événements et autres activités éducatives, depuis 2002. « Nous mènerons de nouvelles études un an après l'inauguration du projet Lascaux 4 *(lire page 72),* afin de constater si l'argument préhistorique est devenu une raison majeure de venir dans la région », annonce-t-il. Guilhem de Grully, le très ●●●

Dordogne

LE VERSAILLES DE LA PRÉHISTOIRE

En 2003, le Conseil général de la Dordogne a commandé au plasticien et ex-décorateur de cinéma Renaud Sanson de réaliser des fac-similés de scènes se trouvant dans la Nef de la grotte de Lascaux. Dès 2008, l'exposition « Lascaux révélé » ou « Lascaux 3 » a parcouru le monde : Chicago, Houston, Montréal, plus récemment Bruxelles (2014), Paris (2015), et prochainement Genève. La prochaine étape pour le projet ? L'impressionnant futur Centre international de l'Art pariétal en cours de construction du côté de Montignac-Lascaux. Baptisé Lascaux 4, ce chantier colossal dont le coût s'élève à 50 millions d'euros, abritera, à partir de juin 2016, la reproduction intégrale de la grotte.

www.lascaux-dordogne.com

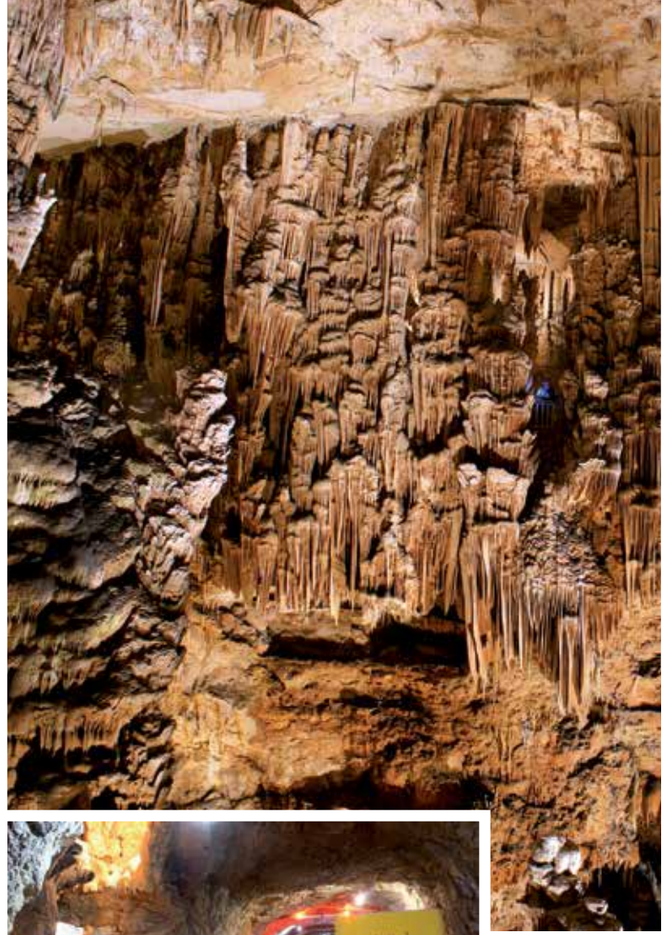


PHOTO : GUILLAUME BONNAUD / CRA

PHOTOS : DR

Ci-dessus, la grotte des Demoiselles, en Languedoc-Roussillon, et sa superbe « cathédrale » souterraine. À droite, les lacs, cascades pétrifiées, colonnes et autres concrétions des grottes de Lacave.

Insolite

LE PETIT TRAIN DANS LACAVE

Découvertes accidentellement, en 1904, par Armand Viré, précurseur de la spéléologie dans la vallée de la Dordogne, les grottes de Lacave ont été ouvertes au public début 1906. Pour accéder aux différentes cavités, on emprunte depuis 1961 un petit train. S'en suit 1,6 km de parcours au décor fabuleux avec des lacs souterrains, des concrétions naturellement fluorescentes et autres roches aux formes étonnantes (l'araignée et la vieille femme valent le détour).

Tarifs : 10 € (adulte), 6 € (de 4 à 13 ans) et gratuit pour les moins de 4 ans. Les grottes de Lacave (Lot). Tél. : 05-65-37-87-03. www.vert-marine.com/grottes-de-lacave-46.

Pour les enfants

LA MADELEINE À L'HEURE DU GOÛTER

Dans les gorges de l'Ardèche, la grotte de la Madeleine est le plus zen des souterrains. Après avoir descendu 250 marches, la visite guidée dure une petite heure et permet de faire le plein de sensations. De retour à l'air libre, les enfants pourront jouer dans la Maison de la Réserve à des jeux écolo-rigolos narrant la formation des falaises. Un sentier pédagogique à la découverte de la faune et la flore de la région mène à un belvédère offrant un très beau point de vue sur les gorges.

Tarifs : 9 € (adulte), 6,75 € (étudiant), 5,50 € (enfants de 6 à 15 ans), gratuit jusqu'à 5 ans (porte-bébé fourni). La grotte de la Madeleine à Saint-Remèze (Ardèche). Tél. : 04-75-04-22-20. www.grottemadeleine.com

●●● pragmatique directeur de la grotte des Demoiselles et président de l'Association nationale des exploitants de cavernes aménagées pour le tourisme (Anecat), milite pour un développement du tourisme souterrain. « Les professionnels doivent encourager les vacanciers à s'aventurer sous terre. Nous sommes tous soumis à une concurrence très forte, se démultipliant depuis vingt-cinq ans. Je pense notamment aux activités de pleine nature telles que l'escalade, la via ferrata, le canyoning… Le tourisme souterrain vient malheureusement après. » Un point de vue largement partagé par l'Ardèche.

La préhistoire, un enjeu clé pour l'Ardèche

En effet, si le département brille par son dynamisme (2,5 millions de touristes par an en moyenne), son activité reste très concentrée sur la période estivale. Aussi, les lourds investissements de la grotte Chauvet (à hauteur de 55 millions d'euros) doivent permettre au département de faire du patrimoine préhistorique un nouveau levier de son offre touristique. « Notre objectif est simple. Nous souhaitons nous appuyer sur le projet pour assurer un prolongement de la saison, et faire venir les gens en automne et au printemps », assure Marc Avezard, chargé de mission développement territorial de la Caverne du Pont-d'Arc. Il mise également sur la constitution d'un nouveau réseau pédagogique pour attirer les publics scolaires et sur la création de la Cité de la Préhistoire ouverte, en février 2014, à Orgnac-l'Aven. Même si ce type de tourisme est encore « une pratique de niche », Marc Avezard estime à 500 millions d'euros les retombées économiques liées au développement de l'offre préhistorique sur l'année 2015. Le département ne compte pas arrêter en si bon chemin. L'ouverture d'un deuxième site sur la commune de Soyons est actuellement en cours de réflexion.

Richesse du patrimoine souterrain

« La grotte fascine. Les gens ont viscéralement peur de cette obscurité parfois absolue », analyse Olivier Testa, président de l'association Les Hommes des cavernes, basée à Grenoble. Depuis six ans, ce passionné a décidé de faire de la spéléologie son métier. De Haïti à la République dominicaine et à l'Afrique centrale, il parcourt le monde à la recherche de nouvelles zones inexplorées, d'évolutions géologiques ou de traces de civilisation. « Poser le pied pour la première fois dans un endroit habité il y a quelques centaines de milliers d'années, contempler des peintures rupestres et, parfois, découvrir des lieux de culte, procure une incroyable dose d'adrénaline ». Selon lui, « visiter une grotte aménagée ou reconstituée comme celle de Lascaux, permet de vaincre la peur du noir. Et ainsi de raviver des souvenirs ancestraux, enfouis quelque part dans notre cerveau reptilien. » Avec pas moins de 109 grottes aménagées (dont 25 % sont classées Monuments historiques), réparties sur treize régions, la France se classe 3e nation mondiale – après la Chine et les États-Unis – en matière de cavernes touristiques. Un incroyable terrain de jeu, pour un tourisme en devenir. **A. A.**

Un été 100 % tonique

Concentrés de nature à l'état pur, les PARCS NATURELS RÉGIONAUX séduisent les contemplatifs. Et offrent aux actifs un TERRAIN DE JEUX incroyable. Surf, canyoning, pêche, kite buggy, escalade, cani-rando, spéléo… Faites le plein de NOUVELLES EXPÉRIENCES dans des espaces préservés.

PAR VALÉRIE FERRER, CATHERINE FOULSHAM, SOPHIE HELOUARD, MARIANNE MORIZOT, VALÉRIE NESCOP

Discipline phare de l'été, le trail se fraye un chemin dans tous les Parcs naturels régionaux. Et rallie à sa cause un nombre grandissant de pratiquants convaincus que le bonheur est dans le pré. Phénomène de société ? Sans aucun doute. Pour Olivier Mignon, directeur marketing chez Asics, équipementier spécialiste de la course à pied, « la force du trail réside dans la notion de liberté qui s'y rattache, analyse-t-il. Et si aujourd'hui la discipline reste une niche du running, les deux segments enregistrent des croissances de 15 à 20 % par an. » Outre le défi sportif, les quelque 2,5 millions d'adeptes de la course de pleine nature, touristes d'un genre un peu particulier, recherchent avant tout des parcours aux paysages variés et grandioses. Faisant rimer effort avec décor, ils trouveront dans les Parcs naturels régionaux (PNR), de véritables paradis naturalistes propices à étancher leur soif de panoramas, points de vue et autres perspectives verdoyantes. « La symbiose avec la nature, le gigantisme des paysages, tout cela sublime la course sur les sentiers, et lui donne une autre dimension », constate Francis Dujardin, directeur des Stations de trail®. La Chartreuse, classée PNR depuis 1995, s'est ainsi dotée d'une de ces stations. Créée en 2011, c'est la première d'un réseau aujourd'hui composé d'une quinzaine de sites dont certains sont situés sur le territoire d'un parc, essentiellement en zones montagneuses. Idéales pour s'initier, progresser ou tout simplement découvrir de nouveaux horizons, ces stations proposent un espace d'accueil avec la présence de coachs, des parcours balisés, des ateliers techniques, mais aussi des vestiaires avec douches, voire, luxe suprême, un espace détente doté d'un sauna et de fauteuils de relaxation. Et si, séduit par l'activité, vous souhaitez parcourir ces espaces préservés en petites foulées, participez à l'une des épreuves organisées sur le territoire des PNR à l'image du Pilatrail, le 7 juin, dont le parcours ouvre des vues à 360° sur la vallée du Rhône et la chaîne des Alpes. Ou de l'Ardennes Mega trail, le 27 juin, permettant d'admirer les boucles de la Meuse et de la Semoy. À vos baskets ! **C. F.**

www.stationdetrail.com

Vercors

Grands Causses

Ardennes

Pilat

Chartreuse

Haut-Allier

De gauche à droite, de haut en bas : le plateau du Vercors, un terrain d'entraînement idéal. Le plus ancien des trails français, le Grand trail des Templiers se court entre falaises et « quilles » des Grands Causses. Le parcours de l'Ardennes Mega Trail s'inscrit dans les vallées encaissées de la Meuse et de la Semoy. Le Pilatrail et son panorama sur la vallée du Rhône. La station trail® de Saint-Pierre-de-Chartreuse. Les participants du Grand Trail du Saint-Jacques foulent le mythique GR65.

PHOTOS : THOMAS HYTTE - EVA TISSOT / MIDI-LIBRE - PAUL VILCOT - RAIDLIGHT 2015 - DR

Finistère

Surfer en mer d'Iroise

Avec ses baies aux eaux turquoise, ses landes multicolores et ses falaises escarpées, le parc naturel marin d'Iroise, premier du genre en France, a des allures de paradis sauvage. Situé à la pointe du Finistère, il abrite en surface et dans ses fonds marins un trésor de richesses naturelles et sert de refuge à de nombreuses espèces animales et végétales. Ses plus célèbres ambassadeurs ? Le phoque gris, le grand dauphin, son champ d'algues molénais (le plus grand d'Europe) et les oiseaux marins. Sauvage, la mer d'Iroise est aussi le paradis des surfeurs. Sa côte balayée par les vents offre une diversité de spots époustouflants qui n'ont rien à envier à leurs voisins du Sud-Ouest. Notre préféré : la plage de la Palue, sur la somptueuse presqu'île de Crozon. Dans cet écrin préservé, débutants et surfeurs expérimentés en quête d'aventure se donnent rendez-vous. Plus à l'ouest, c'est l'Amérique ! Autre activité pour s'imprégner de l'ambiance du parc : une balade en kayak depuis le port de Morgat jusqu'à la splendide plage de l'Île Vierge, le long de falaises percées de grottes marines. Cap à l'Ouest ! **V.N.**

ON PRATIQUE à l'ESB Crozon. 49 € la séance de deux heures. Tél. : 02-98-17-01-96.

ON DORT dans une étonnante chambre d'hôtes à Crozon, le Kastell Dinn. À partir de 57 € la nuit pour deux personnes. Tél. : 02-98-27-26-40.

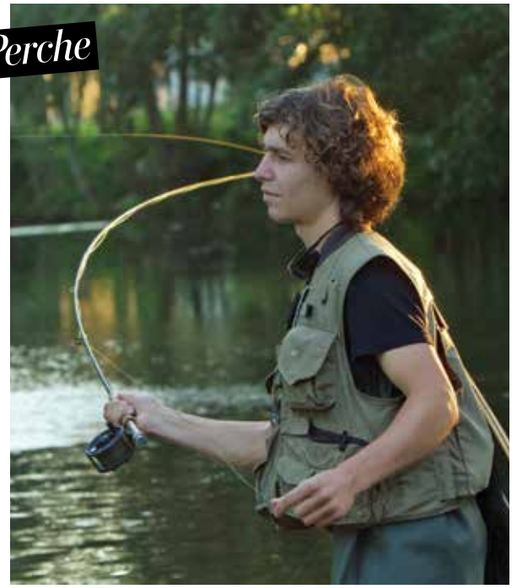
Taquiner les poissons

Des collines ondoyantes, des bocages d'un vert pictural… À 1 heure de Paris, le Perche sent bon la déconnexion. Dans des paysages baignés de chlorophylle, seuls les sabots des percherons, ces chevaux emblématiques, viennent troubler le silence. Un calme propice à la pratique d'une activité devenue ici une religion, la pêche ! À la mouche ou à la vue, à la truite ou à la carpe de nuit… Le Parc naturel régional du Perche recèle 717 km de rivières et 300 hectares de plans d'eau. Sur les berges de l'Huisne, dont les méandres invitent à poser ses cannes, ou à bord d'un float tube, une embarcation que l'on dirige avec des palmes, on apprend à jouer du moulinet. **V.F.**

ON S'INITIE avec Nicolas Tordeur. À partir de 160 € par personne la journée. Tél. : 06-26-53-84-76.

ON DORT au Bois Landry, dans la cabane Ô posée sur l'eau. À partir de 149 euros. www.cabanes-dans-arbres.com

Perche



PHOTOS : RONAN GLADU - ALEXANDRE LAMOUREUX - PATRICK FORGET

Se jeter à l'eau

Corse

Entre terre et mer. Entre eau et roche. D'un bout à l'autre de la Corse, les deux éléments impriment constamment leur marque, invitant à des randonnées sur le célèbre GR 20 ou encore à des balades sur les flots de la Méditerranée. Mais pourquoi choisir ? Au cœur du PNR couvrant 40 % de l'île, il est facile de conjuguer les deux. Comment ? En mettant le cap sur l'intérieur de la Corse. Entre Ajaccio et Corte, les rivières ont creusé des canyons et façonné des piscines naturelles. Dans un décor de maquis, de chênes et de pins, un casque vissé sur la tête, il faut alors se laisser gagner par l'ivresse d'une aventure faite de sauts, de tyroliennes et de toboggans taillés dans le granite des gorges. Parmi tous les canyons recensés en Corse, celui de la Richiusa est l'un des plus beaux et des plus accessibles. Après une marche de cinquante minutes, on le descend en trois heures au gré de ses vasques vertes, de ses rappels et de ses cascades. Tout autour, le massif de la Migliarella, le monte d'Oro et le village de Bocognano donnent au décor toute sa profondeur et son authenticité. **V. F.**

ON FAIT LE GRAND SAUT avec Couleur Corse à partir de 50 €. www.canyon-corse.com

ON DORT au Monte d'Oro, un hôtel au charme aussi cosy que familial. Chambre à partir de 79 €. www.monte-oro.com

Alpes-Maritimes

S'aventurer sous terre

Du Sud, on retient surtout les plages. C'est oublier le monde plus vertical s'étendant au-dessus de Grasse. Là, les chemins se perdent dans les contreforts des Alpes et l'on découvre un PNR des Préalpes d'Azur où le calcaire règne en maître, entre falaises abruptes et plaines vierges. En surface, du côté du col de Castellaras, mais également sous terre. Pour le vérifier, il faut enfiler sa tenue de spéléologue et s'enfoncer dans un aven du côté de la Moulière. Pendant deux heures, on voltige sur des passerelles en bois et on escalade les barreaux scellés dans la roche d'une via souterrata ponctuée de stalactites et de creux laissés par une rivière. Ludique et sportif. **V. F.**

ON CRAPAHUTE à partir de 70 € par personne avec Rando 5 Saisons. Tél. : 06-16-86-41-03.

ON SE DÉLASSE au Spa des délices, un chalet où les rituels de massage font voyager. À partir de 498 € la chambre double pour une nuit avec accès à l'espace spa. www.spa-des-delices.com

Survoler les Ballons

Au sud du massif des Vosges, là où le relief se met à onduler dans un décor de chaumes et de tourbières, naissent des paysages égayés de bourgs discrets, striés de vallées et coiffés de dômes chauves. De leurs sommets on s'élance en retenant son souffle, le temps d'un vol en parapente. À pratiquer en tandem ou en solo, au départ du Markstein à 1 200 m, dans le Haut-Rhin. Sur les pentes vertes du parc des Ballons des Vosges, la voile se gonfle et s'élève dans les airs. Durant vingt minutes, les crêtes se dessinent, les forêts forment des tâches sombres. On joue avec le vent. C'est la liberté, grisante, absolue… **V. F.**

ON S'INITIE au Centre école de Markstein à Oderen, à partir de 90 €. www.centreecolemarkstein.com

ON DORT à l'auberge de Mehrbächel à Saint-Amarin, un petit hôtel avec vue sur les sommets. À partir de 89,40 € la chambre double. www.auberge-mehrbachel.com

PHOTOS : PASCAL TOURNAIRE - LOU PAÏS - SONIA LÉVÊQUE

Vosges

CONSTRUCTION EN DOUBLE CHAUSSETTE.

Développé en Suisse

Fabriqué à la main en Italie

\ NOUVELLES DOUBLE ACTION \

+ Les technologies X-SOCKS® pour pieds secs

= UNE DOUBLE PROTECTION contre les ampoules et les frottements.

DOUBLE ACTION Trekking Basse ou Mi-mollet

1 CONSTRUCTION EN DOUBLE CHAUSSETTE agit même lorsque le risque d'ampoules est particulièrement élevé : en pleine canicule.

2 AIR-CONDITIONING CHANNEL® est un système d'aération composé d'un tissage fin qui permet à l'air de circuler continuellement et de réguler la température autour du pied.

3 AKTIV-BUND® maintient sans glisser et sans comprimer le mollet.

4 X-CROSS® BANDAGE amortit et stabilise sur la cheville.

5 PROTÈGE ORTEILS contre ampoules et frottements.

6 AIR GUIDE® agit comme un séparateur. L'Air Guide® amortit et fournit l'espace nécessaire à la libre circulation de l'air dans la chaussure.

7 PROTÈGE POINTE DE PIED protège la zone sensible de la pointe des pieds.

8 PROTÈGE TENDON D'ACHILLE LAMBERTZNICHOLSON atténue l'effet des points de pression.

9 TRAVERSE AIRFLOW CHANNEL SYSTEM régulent la température de la plante du pied, conduisent l'humidité et l'air surchauffé vers l'Air-Conditioning Channel®.

10 DESSOUS DE PIED DE FORME ANATOMIQUE conçu pour pied droit et pied gauche avec le système Air-Conditioning Channel® intégré.

11 PROTÈGE TALON contre la pression et les frottements.

REVENDEURS : Scannez le QR Code pour trouver le magasin le plus proche ou rendez-vous sur : http://goo.gl/4gsSBv

SIDAS SPORT FRANCE
Distributeur français des marques X-SOCKS®
Tél.: 04.76.67.07.07
Fax : 04.76.67.03.03
Mail: fournier@sidas.com

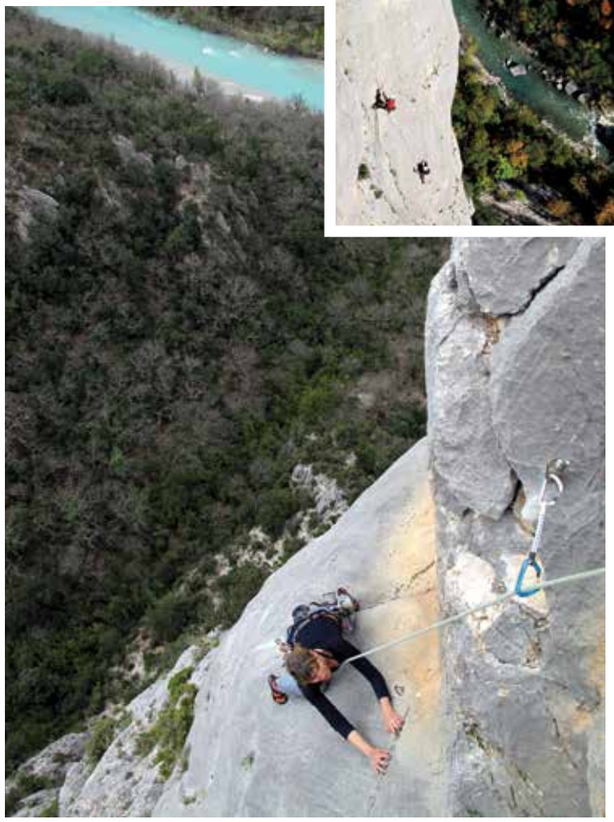
X-SOCKS®
Avec les technologies X-SOCKS® brevetées

INVENT DOUBLE ACTION

DOUBLE ACTION Trekking Mi-mollet
HOMME noir / orange
FEMME noir / rose

DOUBLE ACTION Trekking Basse
HOMME gris / orange
FEMME gris / bleu

INVENT
BY X-SOCKS®



Var – Alpes-de-Haute-Provence

Escalader la Provence

Peu connu pour la richesse de sa faune et de sa flore, le Parc naturel régional du Verdon est pourtant le paradis des botanistes avec ses 2220 espèces de plantes, dites évoluées, et sa dizaine d'aigles royaux. Une terre de contrastes naturels au cœur de la Provence, où coexistent hectares de lavandes sur le plateau de Valensole et canyons de calcaire millénaires plongeant dans une eau bleu-vert. En quête d'adrénaline ? L'escalade est le sport emblématique du Verdon. Entre ciel et terre, pas moins de 1000 voies réparties sur 25 kilomètres de falaises à la roche compacte prisée des grimpeurs, et une nature époustouflante en font un spot, à juste titre, mondialement réputé. **M. M.**

ON GRIMPE avec Aventure et nature. Pascal encadre depuis plus de vingt ans grimpeurs débutants et confirmés sur les falaises sportives pour l'initiation ou à l'assaut de grandes voies de 350 mètres dans les gorges. À partir de 43 € par personne. www.aventuresetnature.com

ON CAMPE à l'est du parc, en lisière de forêt, dans une authentique yourte mongole isolée. Le matin, le chant des oiseaux brise le calme de la nuit pour un réveil en douceur. Attentionnée, Vanessa régale ses hôtes d'un copieux petit-déjeuner (inclus dans le prix de la yourte). 85 € la nuit. 553, chemin du Touant-Grangon, La Bastide (Var). www.leboisfae.com

Hautes-Alpes

Dans les traces des chiens-loups

Destination nature par excellence, le Queyras, plus haut Parc naturel régional français, recèle un trésor : la salamandre de Lanza, unique au monde. Situé au nord-est des Hautes-Alpes, ce petit territoire (moins de 2500 habitants) ravit les marcheurs. Cet été, expérimentez une nouvelle activité : la canirando. Relié par une longe à un chien de traîneau, on part en excursion en tandem, promesse d'une balade ludique sur les sentiers du Queyras. **M. M.**

ON RANDONNE avec Jonathan. Connaissant parfaitement sa meute, il forme le duo chien/marcheur en fonction de la personnalité et du niveau sportif de chacun. 25 € la demi-journée. www.leilaventure.fr

ON DORT dans l'une des deux chambres de Pascale et Olivier, seuls habitants du hameau des Escoyères. Ambiance montagnarde chic et petits plats locavores pour un séjour au grand air, loin de tout. 60 € la nuit, petit-déjeuner inclus. Tél. : 06-08-30-06-23.

PHOTOS : P. FAUDOU - DR

Sélection

PAGE RÉALISÉE PAR LE SERVICE COMMERCIAL DE L'EXPRESS

BIEN DANS SES POMPES

La montagne verdit, la flore reprend le pouvoir, l'appel du grand air et du trail se fait sentir. Équipement requis : du souffle et une bonne paire de chaussures. Bien que légère et rapide, la Speedcross 3 de Salomon est du genre tout terrain, avec son adhérence et son amorti renforcés, son système pare-pierres et sa technologie Sensifit, qui dorlote les pieds tout en assurant un maintien précis. Bref, vous êtes parés. Bonne balade.

En vente sur www.achat-ski.com

STOPSLEEP : UNE BAGUE POUR RESTER CONCENTRÉ AU VOLANT

Grâce à ses capteurs, la bague StopSleep vous indique si votre vigilance au volant baisse (alerte 1) et si vous présentez des signes de somnolence (alerte 2). Cette innovation pour la sécurité routière a été testée par le CNRS et a remporté un prix de l'innovation. Une alarme anti-somnolence utile quand on sait que la somnolence au volant reste la première cause de mortalité sur les autoroutes en France.

En vente chez Norauto et sur www.StopSleep-la-boutique.fr

SPORT ET RÉCONFORT À ALLIANCE PORNIC

Alliance Pornic resort Hôtel Thalasso & Spa souffle cette année sa 25e bougie et fête sa 4e étoile. Autre nouveauté 2015 : la cure « Résolution Sport », spécialement conçue pour renouer doucement mais sûrement avec l'activité physique. Au programme des matinées : marche rapide et footing léger en bord de mer, aquabike, stretching. Et l'après-midi, place aux bains hydromassants, applications d'argile, douches apaisantes à affusion, modelages…

6 jours de cure : 1314 € par personne comprenant hébergement, demi-pension, visite médicale, 17 soins et l'accès à l'espace Forme. Cure de 4 jours : 964 € par personne. Information et réservation au 02 40 82 21 21. www.thalassopornic.com

IL VA Y AVOIR DU SPORT

Derrière Snowleader, on trouve une équipe de mordus de plein air, de glisse et de montagne, qui plus est spécialiste de trois univers : snow, urban et outdoor. On trouve également du choix, beaucoup de choix puisque le catalogue en ligne rassemble plus de 15 000 références et 250 marques. Les nouveautés printemps-été sont arrivées pour booster les activités estivales qu'il s'agisse de randonnées, de trail ou d'escalade. Et en ce moment, toute commande de plus de 150 € ouvre droit à un reblochon fermier offert. Chez Snowleader, on est fier de ses origines savoyardes !

www.snowleader.com

PHOTOS : PHILIPPE SCHALK - DR

STRASBOURG CÉLÈBRE LE GÉNIE DES HOMMES

Mille ans se sont écoulés depuis la pose de la première pierre de la cathédrale de Strasbourg en 1015 par l'évêque Werner de Habsbourg. Pour fêter le millénaire de ce vaste édifice roman classé au Patrimoine mondial de l'Unesco et qualifié de « prodige du gigantesque et du délicat » par Victor Hugo, la municipalité a imaginé une série de festivités ouvertes au grand public. Ce chef d'œuvre de l'art gothique construit sous le règne de l'empereur Henri II fera notamment l'objet d'une mise en lumière à la hauteur de l'événement.

Informations sur http://www.1000cathedrale.strasbourg.eu/

Basse-Normandie

À Mettre les voiles

À cheval sur les départements de la Manche et du Calvados, le Parc naturel régional des marais du Cotentin et du Bessin s'étend sur près de 150 000 hectares et 150 communes. On y pratique le char à voile, le kayak de rivière, la randonnée pédestre… et le kite buggy ! Ce véhicule ultraléger tracté par un cerf-volant attire de plus en plus d'amateurs en quête de sensations similaires au karting : position proche du sol, accélération rapide... Une discipline à laquelle on s'adonne toute l'année à Utah Beach, une étendue de sable entre mer, dunes et marais, où les alliés débarquèrent en juin 1944… **S. H.**

ON PRATIQUE au club Utah Avel Mor à Sainte-Marie-du-Mont. 27 € la séance de char à voile de deux heures. www.utah-avelmor.com

ON ATTERRIT en douceur au Grand Hard installé dans un ancien haras, toujours à Sainte-Marie-du-Mont (Manche), au cœur du Parc naturel régional et à deux pas de la plage d'Utah Beach. À partir de 110 € la nuit en chambre supérieure. www.legrandhard.fr

Vaucluse

Pédaler dans la garrigue

Pionnier dans la région Paca, car intégrant quatre villes (Pertuis, Manosque, Cavaillon et Apt) sur son périmètre, le Parc naturel régional du Luberon offre un concentré de beautés provençales. Des bories au toit conique de Saignon, aux vestiges de moulins dans les gorges de la Véroncle, en passant par la dalle calcaire couverte de pas fossilisés de rhinocéros à Viens, laissez-vous surprendre par ce territoire de 185 000 hectares, s'étendant sur deux départements : les Alpes-de-Haute-Provence et le Vaucluse. En mode écolo, on enfourche son vélo électrique pour une virée entre le petit Luberon et les Monts de Vaucluse. Lancé à 25 km/h, la forêt de cèdres et les ruelles des villages perchés n'auront bientôt plus de secret pour vous. Et, grâce aux batteries, vous atteindrez avec le sourire les petits villages nichés à flanc de colline et ceux baignés de soleil, lovés sur un éperon rocheux. **M. M.**

ON LOUE un destrier électrique à Bonnieux chez Sun-e-bike à la journée ou à la semaine. Et on opte pour l'un des huit parcours (de 34 à 70 kilomètres), incluant un point relais pour changer ses batteries. À partir de 36 € la journée. www.location-velo-provence.com

ON RECHARGE SES BATTERIES chez Isa et Philippe, propriétaires depuis trois ans d'une chambre d'hôtes atypique et épurée. Située à Méthamis, en limite du parc régional, elle offre piscine à débordement, jardin suspendu au-dessus des gorges de la Nesque, et nuit sous les étoiles grâce à un lit sur rail. Idyllique ! À partir de 140 € la nuit avec petit-déjeuner inclus. www.metafort-provence.com

PHOTOS : UTAH AVEL MOR - DR

Tours
Val de Loire
inspirée
FAITES UNE PAUSE À TOURS ET...
LAISSEZ-VOUS SURPRENDRE !
Jardins & potager du Château de Villandry
ARCHI / GASTRONOMIE / APPÉTIT / ENVIES / VIE !
www.tours-tourisme.fr

1 0 7 4

Affligem®

Bière d'initiés depuis 1074*

Brassée en Belgique. Affligem blonde existe aussi en Double Fermentation**

*Depuis 1000 ans, la recette de la bière Affligem est transmise par les moines de l'Abbaye à nos maîtres brasseurs, gage de sa haute qualité.**Disponible uniquement en CHR.

L' ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.